

かがやき

海田西小学校
通級指導教室だより No.11
令和3年11月1日(月)

ビジョントレーニングって何？





(参考資料「発達障害の子どもを伸ばすビジョントレーニング」小松佳弘)

ビジョントレーニング=視機能のトレーニング



目で対象を正確に捉え、正しい身体の動きにつなげる力

視 力	視 機 能
(例)遠くにあるボールを見る力 	(例)飛んできたボールを捉えて打つ力 

電子機器の普及に伴って、子どもたちの視機能は低下していると言われてています。

低年齢のうちからスマートフォンやタブレットの画面を長時間見ることによって、視線の動きが狭い範囲に限定されてしまうからです。

その結果、眼球の動きが発達せず、それが就学後の読み書きや運動、スポーツ、コミュニケーションの障害となって表れてくるそうです。



「授業中、じっと座ってられない。」
「字を書くのに時間がかかる。」
「本を読むのが苦手。」
「ダンスが覚えられない。」
「感情的になりがち。」



これらは、視機能の発達と密接な関係があると言われています

視機能がうまく使えていない。



脳と体が連動しない。



頭の中で描いたイメージ通りに体が動かせない。



(例) 片足で立てない。
ボールをキャッチできない。
鍵穴に鍵をまっすぐ差せない。
など

例えば、鬼ごっこでは、鬼につかまらないよう、眼をあちこちに動かしながら逃げ回ります。

視界の片隅には、他の子が鬼につかまったところが見えたりして、体だけでなく、眼も大きく動かしています。

これらの遊びの中では、体や眼を大きく使い、視機能を高めることが自然にできていきます。

ですが、ゲームや YouTube の時間が長いと、眼が動く範囲は、画面の中だけです。

そのため、視機能が十分に発達しない、もしくは使えないということがおきていきます。

ビジョントレーニングの効果が最も高い「眼のゴールデンエイジ」は、6歳から13歳と言われています。

この間に、脳機能と感覚統合の土台をつくっておくことが、運動機能だけでなく、コミュニケーション面でも大事になってきます。



そこで、通級指導教室では、ビジョントレーニングを毎回行っています。

それぞれ自分に必要な力、例えば「字を正しく書く力」「手先をうまく使う力」「集中力」「記憶力」などをつけるために、トレーニングしています。

